

ΑΝΟΡΘΩΣΗ ΓΛΟΥΤΩΝ

Οι γυναικείοι γλουτοί συχνά γίνονται αντικείμενο έντονης κριτικής. Η πτώση τους δύσκολα βελτιώνεται με απλή γυμναστική. Όταν η χαλάρωση είναι μεγάλη, χρειάζονται πιο ριζικές επεμβάσεις, και τότε αναλαμβάνει δράση η πλαστική χειρουργική. Οι γλουτοί μπορούν πλέον να «σμιλευτούν» και να κρατηθούν στο ύψος τους.

○ Ιδανικές υποψήφιες

- Γυναίκες που έχουν χάσει πολλά κιλά σε σύντομο χρονικό διάστημα, με αποτέλεσμα να χαλαρώσει πολύ η περιοχή των γλουτών.
- Γυναίκες στις οποίες έχει γίνει υπερβολική και λανθασμένη λιποαναρρόφηση στους γλουτούς και χρειάζεται επανόρθωση.
- Γυναίκες οι οποίες με το πέρασμα του χρόνου έχουν υποστεί μεγάλη χαλάρωση και πτώση των γλουτών.

○ Τι υπόσχεται

Η συγκεκριμένη επέμβαση έχει στόχο να ανορθώσει τους γλουτούς, να αυξήσει τον όγκο τους, καθώς και να αφαιρέσει την περίσσεια του δέρματος, εφόσον αυτή είναι μεγάλη. Με άλλα λόγια, η τεχνική αυτή υπόσχεται να δώσει ένα καλλίγραμμο σχήμα με σφριγηλό δέρμα.

○ Πώς γίνεται

Η τεχνική που εφαρμόζεται κάθε φορά για την ανόρθωση των γλουτών εξαρτάται από το πρόβλημα κάθε ατόμου. Αν, για παράδειγμα, υπάρχει μεγάλη χαλάρωση και περίσσεια δέρματος, θα χρειαστεί να αφαιρεθεί το δέρμα που περισσεύει, οπότε πρέπει να γίνουν τομές. Αν υπάρχει μικρή χαλάρωση, εφαρμόζονται άλλες τεχνικές, σύμφωνα με τις οποίες χρησιμοποιούνται ιατρικά βοηθήματα, όπως ενθέματα σιλικόνης (εφόσον υπάρχει και ανάγκη αύξησης του όγκου των γλουτών) ή σιλικονούχο πλέγμα. Οι τεχνικές αυτές αφήνουν πολύ μικρή ουλή λίγων εκατοστών. Το πρόβλημα της πτώσης των γλουτών απασχολεί εδώ και δεκαετίες την κοινότητα των πλαστικών χειρουργών, που προσπαθούν να δώσουν λύσεις

κάνοντας όσο το δυνατόν μικρότερες τομές με τα καλύτερα δυνατά αποτελέσματα. Παλαιότερα, οι χειρουργοί έκαναν τις τομές για την αφαίρεση του περισσού δέρματος στη μηρογλουτιαία πτυχή (χαμηλά κοντά στο μηρό), αφού η αισθητική, η ηθική, αλλά και ο τρόπος ένδυσης το επέτρεπαν. Αργότερα η τεχνική εγκαταλείφθηκε, αφού το σορτς στη θάλασσα έγινε... σλιπάκι, οπότε και οι τομές «μεταφέρθηκαν» λίγο παραπάνω, ώστε να καλύπτονται από το σλιπάκι. Δυστυχώς, όμως, με το πέρασμα του χρόνου, οι ουλές κατέβαιναν και γίνονταν εμφανείς. Έτσι, οι τεχνικές και πάλι μεταφέρθηκαν ψηλότερα, για να πάρουν τη θέση της γραμμής του στρινγκ. Συχνά, στις πολύ μεγάλες απώλειες βάρους, οι γλουτοί κυριολεκτικά «κατακρημνίζονται» και χρειάζονται όχι μόνο ανόρθωση, αλλά και αύξηση του όγκου τους. Καινούργιες τεχνικές ταυτόχρονης ανόρθωσης και αύξησης εφαρμόζονται πλέον, με εντυπωσιακά αποτελέσματα. Το πρόβλημα πάντα έγκειται στο πώς κάποιος θα ανορθώσει έναν ελαφρώς πεσμένο γλουτό, δημιουργώντας όσο το δυνατόν μικρότερες ουλές. Τεχνικές όπως η τοποθέτηση πλέγματος, η μεταφορά μοσχευμάτων λίπους από τα κλασικά «ψωμάκια» σε πιο πάνω περιοχές πλησίασαν το στόχο. Υπάρχουν, βέβαια, και αναίμακτες παρεμβάσεις που βοηθούν στο αποτέλεσμα της ανόρθω-

σης χωρίς να αρκούν από μόνες τους. Τέτοιες είναι οι ραδιοσυχνότητες και η υπέρυθρη ακτινοβολία, που κατά κάποιον τρόπο προκαλούν σύσφιξη του δέρματος.

○ **Πριν την επέμβαση**

Επιβάλλεται να γίνει προεγχειρητικός εργαστηριακός έλεγχος (γενική αίματος, βιοχημικές εξετάσεις, καρδιογράφημα και ακτινογραφία θώρακα).

○ **Είδος αναισθησίας**

Η αναισθησία που προτιμάται είναι η γενική, ωστόσο μπορεί να γίνει και επισκληρίδιος αναισθησία.

○ **Χρόνος νοσηλείας**

Αν γίνει γενική νάρκωση, δεν απαιτείται παραμονή στο νοσοκομείο. Αν γίνει επισκληρίδιος, πρέπει να μείνετε στο νοσοκομείο 1 ημέρα.

○ **Πόση ώρα διαρκεί η επέμβαση**

Εξαρτάται από το είδος της επέμβασης που θα επιλεγεί. Αν χρειαστεί αφαίρεση δέρματος και ταυτόχρονη αύξηση, μπορεί να χρειαστούν 2-2,5 ώρες. Αν τοποθετηθεί μόνο πλέγμα, αρκούν 40 λεπτά.

○ **Χρόνος ανάρρωσης**

Αν γίνουν τομές, ο χρόνος ανάρρωσης μπορεί να φθάσει μέχρι και τις 15 ημέρες. Στην αρχή δυσκολεύεστε να καθίσετε, ο πόνος είναι έντονος,

ειδικά αν συγκριθεί με τον πόνο των επεμβάσεων του στήθους, που είναι σχεδόν ανύπαρκτος. Είναι απαραίτητο, επίσης, να φοράτε ελαστικό κορσέ για 20 ημέρες.

○ Σημάδια

Η καινούργια τεχνική τοποθετεί τις τομές ψηλά, οριζόντια, στο άνω όριο της μεσογλουτιαίας πτυχής (στη γραμμή δηλαδή του στρινγκ), εφόσον αυτή επιβάλλει αφαίρεση δέρματος. Αν η τεχνική που ακολουθείται δεν χρειάζεται να αφαιρέσει περίσσεια δέρματος, αφήνει μια πολύ μικρή τομή 5 εκ. στη γλουτιαία πτυχή, η οποία σύντομα εξασθενεί.

○ Διάρκεια αποτελέσματος

Απόλυτη απάντηση δεν μπορεί να υπάρξει, αφού αυτό εξαρτάται από την ιδιοσυγκρασία του ασθενούς. Αν, για παράδειγμα, μια γυναίκα χρειάζεται την επέμβαση αυτή στα 55 της χρόνια, το αποτέλεσμα θα διαρκέσει πολλά χρόνια και δεν θα χρειαστεί να την επαναλάβει. Αν όμως έχει καλάρωση ήδη από τα 35 της, αυτό σημαίνει ότι το δέρμα της χαλαρώνει εύκολα και επομένως η διάρκεια του αποτελέσματος θα είναι μικρότερη. Σε κάθε περίπτωση, πρέπει να ξέρετε ότι η ζωή συνεχίζεται και, επομένως, το ίδιο συμβαίνει και με τις διαδικασίες καλάρωσης. Έπειτα από 10 χρόνια, σίγουρα οι γλουτοί σας θα είναι καλύτεροι από εκείνους που θα

είχατε υποθετικά αν δεν κάνατε την επέμβαση, αλλά σαφώς χειρότεροι από τους γλουτούς που είχατε πριν από 10 χρόνια.

○ Πιθανές επιπλοκές

Οι επιπλοκές δεν είναι καταστροφικές και συνίστανται στη διάσπαση του τραύματος (ανοίγει και χρειάζεται συχνές αλλαγές), στη δημιουργία σπρώματος (συλλογή υγρού κάτω από το δέρμα, όπου για ένα μήνα και παραπάνω γίνονται παρακεντήσεις). Υπάρχει επίσης ενδεχόμενο μόλυνσης της τομής, η οποία αντιμετωπίζεται με καθαρισμούς και αντιβίωση.

○ Πόσο κοστίζει

Το κόστος εξαρτάται από πολλούς παράγοντες, όπως την επιλογή του γιατρού (το «κασέ» του), την επιλογή του νοσοκομείου, το είδος της επέμβασης, αλλά και την επιθυμία της ασθενούς να παραμείνει ή όχι περισσότερες ημέρες στο νοσοκομείο. Το κόστος, λοιπόν, κυμαίνεται από 3.000 έως 7.000 ευρώ.

Με τη συνεργασία του κ. Στρατή Γαβριήλ, πλαστικού χειρουργού, διπλωματούχου του European Board of Plastic Surgery.